



気づく つなげる 見守りガイド



令和元年 12月作成

【見守りガイドについて】

見守り活動は『気づいてつなげること』が大切です。このガイドは高齢者の見守りのポイントと相談機関が載っています。日頃の見守り活動の参考となれば幸いです。

発行者：鶴見区役所 福祉保健課 ☎510-1836



孤立死を防ぐ

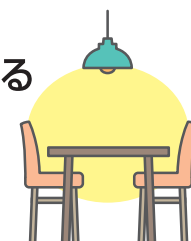
本人の様子

- 最近姿を見かけなくなった
- 最近体調が悪そうだった
- 地域や親族と交流がなく孤立している



自宅の様子

- 郵便受けに新聞などが溜まっている
- 何日も同じ洗濯物が干してある
- テレビの音が1日中聞こえる
- 電気が消えたまま（ついたまま）になっている
- 雨戸が閉じたまま（開いたまま）になっている
- 飼い犬の様子がおかしい（衰弱しているなど）
- 異臭がする



ワンポイント 向こう三軒両隣の関係から

回覧板を回す時に声かけをする、道で会ったら挨拶を交わすなど日頃からのつながりの中で、お隣さんは元気かな？という気持ちが生まれます。普段から気かけあう関係をつくるのが、悲惨な孤立死を防ぐ第一歩です。

相談機関

▶区内各地域ケアプラザ（以下 CP）

- | | |
|------------------|-------------------|
| 潮田 CP ☎507-2929 | 鶴見市場 CP ☎504-1077 |
| 矢向 CP ☎573-0020 | 鶴見中央 CP ☎508-7800 |
| 寺尾 CP ☎585-5566 | 生麦 CP ☎510-3411 |
| 東寺尾 CP ☎584-0129 | 馬場 CP ☎576-4231 |
| 駒岡 CP ☎570-6601 | |

▶鶴見区役所 福祉保健課 ☎510-1836

認知症に気づく

- 最近あった出来事を忘れる
- 同じことを何度も言ったり聞いたりする
- 話のつじつまが合わないが増えた
- 物、お金を盗られたと言う
- 何度も物を無くしたと言い、探している
- 約束した日時や場所を間違えるようになった
- 火の不始末がある
- 季節に合っていない洋服を着ている
- 慣れた道でも迷っている
- 身だしなみに気を使わなくなった
- ふさぎこみ、何をしても億劫がるようになった
- 急に怒りっぽくなり、頑固になった

ワンポイント 認知症サポーターになろう

認知症を正しく理解し温かく見守る応援者を増やすため、各地域ケアプラザで「認知症サポーター養成講座」が開催されています。支えあいの輪を広げていきましょう。

対応の心得は3つの「ない」

驚かせない

急がせない

自尊心を傷つけない

相談機関

▶区内各地域ケアプラザ（以下 CP）

- | | |
|------------------|-------------------|
| 潮田 CP ☎507-2929 | 鶴見市場 CP ☎504-1077 |
| 矢向 CP ☎573-0020 | 鶴見中央 CP ☎508-7800 |
| 寺尾 CP ☎585-5566 | 生麦 CP ☎510-3411 |
| 東寺尾 CP ☎584-0129 | 馬場 CP ☎576-4231 |
| 駒岡 CP ☎570-6601 | |

▶鶴見区役所 高齢者支援担当 ☎510-1775

高齢者の虐待を防ぐ

高齢者の様子

- 暴力を受けている、年金を取られるなどと訴える
- あざや傷があるのに理由を言わない
- 怒鳴り声や泣き声、大きな物音がする
- 悪天候なのに長時間外にいる
- いつも不潔で汚れている
- 不自然に空腹を訴える
- 介護が必要なのにサービスを利用していない



介護者の様子

- 介護にとっても疲れている
- 乱暴な言動や過度に冷淡な態度がみられる
- 地域や親族と交流がなく孤立している



ワンポイント ご近所の声かけが虐待を防ぐ！

介護に疲弊し追い詰められることが、虐待の要因の一つになっています。周りのちょっとした気遣いや声かけが、介護者の気持ちを軽くしたりほっとさせたりすることもあります。

声かけのポイント 笑顔で 思いやりの言葉 介護への理解を示す あたかなまなざして ささやかで OK

相談機関

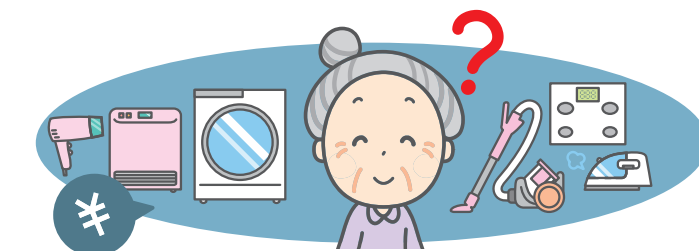
▶区内各地域ケアプラザ（以下 CP）

- | | |
|------------------|-------------------|
| 潮田 CP ☎507-2929 | 鶴見市場 CP ☎504-1077 |
| 矢向 CP ☎573-0020 | 鶴見中央 CP ☎508-7800 |
| 寺尾 CP ☎585-5566 | 生麦 CP ☎510-3411 |
| 東寺尾 CP ☎584-0129 | 馬場 CP ☎576-4231 |
| 駒岡 CP ☎570-6601 | |

▶鶴見区役所 高齢者支援担当 ☎510-1775

消費者被害を防ぐ

- 高額な商品が急に増えている
- 工業者がたびたび出入りしている
- 見慣れないパンフレットや請求書が届いている
- 見慣れない人や車が入り込んでいる
- 玄関に不審なしるしがついている
- お金に困っている様子がみられる
- 株や先物取引に急に興味を持ち始めた
- 特定の商品を買うよう強く勧められる
- 行政機関から還付金が入る話をする
- すぐにお金を引き出さなければと慌てている



ワンポイント 自尊心を傷つけない声かけを

「なんでそんな契約をしたの！」と責められてしまうかも…と相談をためらう人も多くいます。「誰しもが被害に合う可能性がある」「話してくれてありがとう」と、ご本人の気持ちに寄り添った声かけが大切です。

相談機関

- ▶横浜市消費生活総合センター ☎845-6666
- ▶悪質商法110番（神奈川県警察） ☎651-1194
- ▶鶴見警察署 ☎504-0110



生活にお困りの方に気づく

- 電気、ガス、水道が時々止まっている
- 様々な督促状が届いている
- 消費者金融やカードローンに関する書類がある
- 周囲にお金を貸して欲しいと言っている
- 食事を摂っていない様子がある
- 体調が悪いのに病院に行くのを我慢している
- 極端に節約している
- 家賃を滞納している
- 税金や保険料を滞納している
- 地域や親族との交流がなく孤立している



ワンポイント 早期の相談が早期の解決へ！

経済的な困りごとは一人で抱え込みがちですが、相談先があると知るだけで、不安やためらいの気持ちから、問題解決へ一歩踏み出すきっかけとなっていくます。早めの相談が大切です。

相談機関

- ▶鶴見区 生活支援課 ☎510-1782
- 生活再建に向けた支援や生活保護に関する相談・申請

